



EMENTA Valência Infantil – Creche (24/36meses)

Semana: 30 de outubro a 3 de novembro de 2023



Refeição	Reforço da manhã	Almoço	Lanche	Reforço da tarde	Alterações (especificar/data/rubrica)
2ª Feira	Pão com manteiga ^{1,7}	Sopa: Sopa de curgete Prato principal: Esparguete à bolonhesa, juliana de legumes ¹ Prato dieta: Carne de vaca estufada ao natural com massa branco, juliana de legumes Sobremesa: Fruta da época	Fruta + pão com manteiga ^{1,7}	Fruta ao natural	
3ª Feira	Fruta da época	Sopa: Sopa de cenoura Prato principal: Pescada assada com salada de batata, cenoura, ovo, ervilhas ^{4,3} Prato dieta: Pescada estufada ao natural com batata e cenoura cozidas ⁴ Sobremesa: Fruta da época	Leite ⁷ + pão com fiambre ^{1,6,7}	Pão com manteiga ^{1,7}	
4ª Feira	Pão com fiambre ^{1,6,7}	FERIADO	Fruta da época + pão simples ¹	Bolacha Maria ^{1,6,7,11,12}	
5ª Feira	Pão com manteiga ^{1,7}	Sopa: Sopa de grão Prato principal: Filete no forno com arroz primavera, salada de cenoura ⁴ Prato dieta: Peixe cozido com arroz branco, salada de cenoura ⁴ Sobremesa: Fruta da época	logurte + pão com marmelada ^{1,7}	Pão com manteiga ^{1,7}	
6ª Feira	Fruta da época	Sopa: Sopa de couve-lombarda Prato principal: Fêvera à salsicheiro com massa espiral, feijão verde cozido ⁶ Prato dieta: Fêvera grelhada com massa espiral, feijão verde cozido ⁶ Sobremesa: Fruta da época	Leite ⁷ + pão com manteiga ^{1,7}	Bolacha Maria ^{1,6,7,11,12}	

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹ Cereais que contêm glúten, ² Crustáceos, ³ Ovos, ⁴ Peixes, ⁵ Amendoins, ⁶ Soja, ⁷ Leite, ⁸ Frutos de casca rija, ⁹ Aipo, ¹⁰ Mostarda, ¹¹ Sementes de Sésamo, ¹² Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³ Tremeços, ¹⁴ Moluscos.

NOTA: A sopa servida tem na sua constituição carne ou pescado, conforme a ementa do dia.